

# HANDBALL Niveau 1

**COMPETENCE VISEE :** Dans un jeu à effectif réduit, rechercher le gain du match par des choix pertinents d'actions de passes ou de dribble pour accéder régulièrement à la zone de marque et tirer en position favorable, face à une défense qui cherche à gêner la progression adverse.

S'inscrire dans le cadre d'un projet de jeu simple lié à la progression de la balle. Respecter les partenaires, les adversaires et les arbitres.

## CONNAISSANCES

A / ECA / NA	Comment se démarquer		
Rompre l'alignement	OUI	NON	
Se déplacer pour se débarrasser de son défenseur proche	OUI	NON	
Se placer à distance de passe et être orienté par rapport au porteur de balle	OUI	NON	

A / ECA / NA	Les règles simples du jeu		
Je maîtrise les règles « spatiales » du terrain (mise en jeu, zone, touche)	OUI	NON	
Les règles liées à la manipulation de balle (reprise de dribble, marché, 3 sec)	OUI	NON	
Les règles liées au contact avec un adversaire (fautes tolérées ou interdites)	OUI	NON	
Le nombre de coup de sifflet en fonction de la situation	OUI	NON	

A / ECA / NA	Mes possibilités d'action en tant que porteur de balle		
Faire une passe si un partenaire est démarqué vers l'avant	OUI	NON	
Dribbler pour avancer ou contourner un adversaire	OUI	NON	
Je dois tirer en position favorable (pas de défenseur entre le but et moi dans les 9m)	OUI	NON	

## CAPACITES

A / ECA / NA	PB : Choisir entre « je vais ou je donne »		
Je fais une passe si un de mes partenaires est mieux placé que moi	Jamais	Parfois	Toujours
Je dribble pour avancer si le couloir de jeu direct est libre	Jamais	Parfois	Toujours
J'arrête mon dribble si un défenseur se place entre le but et moi	Jamais	Parfois	Toujours

A / ECA / NA	PB : Tirer efficacement en position favorable de tir		
Je tire avec un lancer de type javelot (bras droit jambe gauche ou inversement)	Jamais	Parfois	Souvent
Je tire si je suis en zone favorable sans défenseur devant moi	Jamais	Parfois	Souvent
Je tire dans le but là où le gardien n'est pas	jamais	Parfois	Souvent

A / ECA / NA	NPB : je me démarque efficacement		
Je romps l'alignement PB – défenseur – moi	Jamais	Parfois	Souvent
Je me place à distance de passe en étant orienté par rapport au porteur de balle	Jamais	Parfois	Souvent
Je me déplace pour me débarrasser de mon défenseur proche	jamais	Parfois	Souvent

A / ECA / NA	Défendre efficacement		
J'identifie rapidement un adversaire sur lequel défendre	Jamais	Parfois	Souvent
Je reviens vers mon but si un adversaire est démarqué	Jamais	Parfois	Souvent
Je me place entre mon adversaire et mon but à protéger	Jamais	Parfois	Souvent
Je gêne le porteur de balle			

A / ECA / NA	Arbitrer en appliquant les règles simples du jeu		
Je repère des fautes et siffle pour arrêter le jeu	Jamais	Parfois	Souvent
Je me déplace en fonction du ballon pour repérer les fautes	Jamais	Parfois	Souvent
Après avoir sifflé, j'indique à quelle équipe revient la balle	Jamais	Parfois	Souvent

**ATTITUDES**

A / ECA / NA		<b>Respecter les acteurs du jeu</b>			
		Accepter les décisions des arbitres sans adopter une attitude contestataire	Jamais	Parfois	Toujours
		Accepter les erreurs de ses partenaires sans les critiquer	Jamais	Parfois	Toujours
		Accepter de subir une faute	jamais	Parfois	Toujours
		Reconnaitre ses erreurs			
		Eviter les fautes dangereuses (pousser, accrocher, bousculer)			

A / ECA / NA		<b>Adopter une attitude persévérante</b>			
		Revenir en défense quand mon équipe perd la balle	Jamais	Parfois	Toujours
		Continuer à jouer même si le score est défavorable	Jamais	Parfois	Toujours
		Encourager et conseiller ses partenaires	jamais	Parfois	Toujours

A / ECA / NA		<b>Arbitrer de façon impartiale</b>			
		Etre attentif au déroulement du jeu	Jamais	Parfois	Toujours
		Maintenir sa décision même en cas d'erreur	Jamais	Parfois	Toujours
		Communiquer avec les joueurs uniquement sur le déroulement du jeu	jamais	Parfois	Toujours